

# Ateliers

## de croissance personnelle par le **Gribouillage**

BYE ! BYE !  
LES CROYANCES MALSAINES !

Pour toute personne disposée à vivre une  
*transformation* qui tend vers plus de  
liberté et de pouvoir sur sa vie.

Aucun pré-requis.

Ne pas savoir dessiner est un atout.

### OBJECTIFS

- Exprimer et libérer ses émotions  
au moyen de lignes, formes  
et couleurs.
- Accéder à sa créativité  
par la simplicité spontanée de l'enfant  
en soi.
- **OUTILS** : papier, crayons de couleurs,  
stylos feutres etc. Matériel fourni.

Des ateliers qui ouvrent à un mieux-être  
personnel et relationnel, à plus de  
confiance et d'estime de soi. Une façon  
écologique de passer du mode difficile  
au mode plus satisfaisant pour soi !

Une occasion de transformer en  
douceur et peu à peu les blessures  
enfouies aux oubliettes pour oser  
exister avec sa différence et ses  
forces de vie retrouvées. Un  
chemin vers plus de liberté et de  
pouvoir sur sa vie !

Comme le dit l'adage :

« TOUT CE QUI NE  
S'EXPRIME PAS,  
S'IMPRIME ».

L'invitation est faite à tous afin  
de s'équiper pour mieux faire face  
aux réalités de la vie et mieux  
gérer sa propre vie.

Le gribouillage est un outil qui fait  
appel aux forces et aux ressources  
de l'inconscient et de l'irrationnel.

# Animatrices

Huguette Savard  
(418) 842-1549  
Danielle Deslauriers  
(418) 682-9822

Thérapeutes en Relation d'Aide

Membres de la Corporation des  
Thérapeutes en Relation d'Aide  
et de l'A.I.S.N.A.C

8 MARDIS SOIR

du 7 octobre 2008  
au 25 novembre 2008

de 19 h. à 21 h. 30

Inscription : 16 \$  
(non déductible)

(Places limitées)

Coût : 80 \$

INFORMATIONS

au bureau de  
**Sources Vives**  
(418) 623-8121

Centre des loisirs  
Le Petit Village  
2900 bl. du Loiret  
Beauport